

# 今天是第四个“中国医师节” 向中国医生致敬！

## 关于加快推进疫苗接种工作的通知

8月18日,为扎实稳妥推进我市新冠肺炎疫苗接种工作,保障人民群众的身体健康和生命安全,汝州市新冠肺炎疫情防控指挥部下发《关于加快推进疫苗接种工作的通知》(以下简称《通知》)。

根据《通知》安排,8月24日前汝州将完成12-17岁人群第一剂次接种,8月底前完成18岁以上人群第一剂次接种,9月15日前完成12-17岁人群全程两剂次接种,9月底完成18岁以上人群第二剂次接种(不含三剂次疫苗)。

《通知》指出,为提高12-17岁人群接种效率,卫健、疾控、教育部门各司其职。教育部门要负责排查所属学校教职员、临时工作人员的疫苗接种情况,对没有接种的督促尽快接种,并督促教职员、临时工作人员家属进行疫苗接种。同时,采取“小手拉大手”形式,由班主任负责核验本班学生及学生家长成员疫苗接种情况,督促做到应接尽接。市疾控中心负责及时调配疫苗,确保充足供应。市卫健委负责疫苗接种工作人员配备管理到位,技术规范指导到位。各接种点,要采取增加接种人员、增加登记点、设置一米线、提供防暑降温保障措施等方式,确保疫苗接种安全高效。各医共体牵头医院负责不直接接种新冠疫苗人员的核查工作,核实后出具不接种证明。

在此,汝州市卫健委向广大市民发出倡议,请12岁以上、符合条件、尚未完成新冠病毒疫苗全程接种者,尽快到就近的接种点进行接种。

12-17岁人群在接种新冠病毒疫苗时应注意哪些事项?

1.接种前准备:根据疫情防控需要,接种疫苗期间必须且限一名监护人陪同,携带相关证件(接种证、身份证、户口簿等),即使提前完成预建档,接种当天也必须携带户口簿或身份证核实身份。

2.接种疫苗前请仔细阅读知情同意书,如有疑问请及时向接种点医生咨询,主动告知医生孩子有无禁忌症和过敏史。如果孩子正在接受皮质激素、放射治疗或抗代谢药物治疗,或近期注射过丙种球蛋白,应主动告知医生并询问是否需要推迟预防接种时间。经预检,告知监护人签订知情同意书后接种新冠疫苗。

3.接种期间请做好“扫码”“测温”“戴口罩”“一米线”等防护措施。

4.接种完成后,需现场留观30分钟,并由监护人签字后方可离开。

5.接种当日适当安排休息,注意个人卫生,接种后请多喝水、正常饮食(勿空腹、注意休息、勿劳累、不熬夜,避免接触个人既往已知过敏物及常见致敏原,不要饮酒、不进食辛辣刺激或海鲜类食物)。疫苗接种24小时内,注射部位(针孔附近)请保持干燥勿沾水、保持清洁卫生勿用手抓挠。

6.接种后24小时内,注射部位可能出现酸胀、疼痛、触痛、红肿和瘙痒症状。少数可能出现发热、乏力、恶心、头痛、肌肉酸痛等。一般通过适当休息,症状将于2-3天内自行消失。保持接种局部皮肤的清洁,避免用手搔抓接种部位。

7.高热不退或伴有并发症、局部反应加重或持续不退烧者,需及时联系接种点医生并寻求临床治疗。

8.已接种完第一针次的人群,注意第二针次接种时间,两剂之间的接种间隔时间≥21天,按时尽早完成接种。

9.根据《新冠病毒疫苗接种技术指南》(第一版),通常的疫苗接种禁忌包括:(1)对疫苗的活性成分、任何一种非活性成分、生产工艺中使用的物质过敏者,或以前接种同类疫苗时出现过敏者;(2)既往发生过疫苗严重过敏反应者(如急性过敏反应、血管神经性水肿、呼吸困难等);(3)患有未控制的癫痫和其他严重神经系统疾病者(如横贯性脊髓炎、格林巴利综合征、脱髓鞘疾病等);(4)正在发热者,或患急性疾病,或慢性疾病的急性发作期,或未控制的严重慢性病患者;(5)妊娠期妇女。

来源:健康汝州微信公众号

## 市科协疫情防控志愿服务在行动



利用科普大篷车宣传防疫知识

本报讯(融媒体中心通讯员 韩慧慧)近期,汝州市科协深入分包无主小区——煤山街道富民五街44号小区开展疫情防控工作,筑起一道抗击疫情的坚强防线。

连日来,汝州市科协志愿者们,昼夜坚守一线,认真做好人员进出管理,查验“健康码”和“行程码”、测量体温,入户协助煤山街道开展疫区返汝者排查摸底,定时对小区进行清扫消毒,并建立分包小区住户微信群,确保住户全部加入微信群,第一时间掌握疫情防控信息。

为了保障疫情防控工作夜间不打折,汝州市科协党员干部夜间深入分包小区,了解夜间疫情防控工作情况,检查夜间人员在岗在位情况。要求值班人员严格落实值班要求,切实做好人员“健康码”“行程码”登记,一旦发现异常情况,立即现场隔离,并上报市疫情防控指挥部,确保不出问题。

为积极应对当前新冠肺炎疫情形势,市科协利用科普大篷车喇叭播放疫情防控相关规定和知识。通俗的语言,“声”入人心的形式,让百姓很快认清当前的疫情防控形势,掌握疫情防控的注意事项,为疫情防控工作有效开展提供保障。志愿者们发挥现有的线上线下宣传资源,通过微信公众号、宣传条幅等形式积极开展疫情防控宣传,扩大覆盖面,知晓度,努力做到疫情防控宣传无死角、全覆盖,提高群众疫情防控意识,营造全社会共同参与的常态化疫情防控浓厚氛围。

## “长”在医院里的“万能书记”

“我们书记有两个特点,第一,他好像没有家一样,‘长’在医院里,啥时候有事了,一找就能找到,一喊就能到场;第二,医院里的大事小情,无论是业务本身还是其它琐事,就没有他不会的,我们给他起了个外号‘万能人’。这不,最近他又学会了给接种疫苗的群众们登记!”8月15日,在蟒川镇卫生院,防疫科科长兰淑芳一提起党支部书记高伟峰,就敬佩得无以言表。

从2016年2月份担任蟒川镇卫生院党支部书记以来,高伟峰已在蟒川镇工作了5年多时光。5年多来,他在干好外科主治医师本职工作的同时,主动请缨担任医院健康扶贫工作队长,带领医护团队为贫困群众们送健康、送温暖、送关怀,荣获汝州市扶贫先进个人荣誉称号。2020年初,新冠疫情爆发,他又创下了连续37天没有回家的纪录,日夜为疫情防控坚守一线。今年6月,因疫苗接种时间紧、任务重,他以院为家,几乎没有回家过。疫苗接种刚告一段落,7月底,新一轮疫情防控形势又面临严峻形势,他再次挑起了疫情防控和疫苗接种的重任。

“这段时间接种疫苗的群众特别多,早上五、六点就有人排队,也总能看到高书记拿着大喇叭在维持秩序的身影。”马启航是预检分诊点的职工,由于需要24小时值班,每次轮他值班,不出意外的,总能碰到高伟峰。“他起得最早,一忙就是一天,有时候接种疫苗的群众们全部散去,都到晚上十来点了。”白天,高伟峰还要安排接种前的准备工作,人员、物资以及各项防护措施都要考虑周到,下午要参加市里的疫情防控调度会,晚上还要统计疫苗接种数,以最快速度上报。有时候凌晨三、四点,市里安排车辆过来送疫苗,他还要从床上爬起来接收。就这样日复一日,分诊点、接种咨询处、疫苗登记处、疫苗接种室都留下他的身影。“我有时候看微信运动,他每天都显示1万多步,也不知道这样高强度的工作,他是怎么坚持下来的?”马启航心疼地说。

蟒川镇党委副书记、镇长于跃峰也有同样的感触。于跃峰刚到蟒川工作两个多月,几乎每个晚上、每个周末都要到卫生院看看情况,有次实在忍不住问道:“高书记,咋没见你回过家?”对此,高伟峰笑而不语。

人到中年,都面临着上有老、下有小的生活困境,高伟峰也有着同样的压力。其实,他就住在南环与西环的交叉口,开车20分钟就能到家,但他深知疫苗接种和疫情防控工作的重要性和紧迫性,医院离不开他。他的儿子今年上高三,辅导孩子他总是缺席;父母年事已高,高血压、糖尿病、脑梗塞等慢性病缠身,需要经常性的住院,他却很难照料榻榻;家庭里的琐碎事经常性地丢给妻子一人,每每想起,都让高伟峰有着无尽的愧疚。

顾不上家里人,顾不上自己,但对身边同志们的关爱却从不缺席。“有时候排队人多,顾不上吃饭,高书记总会买点吃的、喝的东西给我们送来”,马启航说,“我们工作上不开心了,有啥烦心事也都喜欢



高伟峰一大早拿着喇叭维持接种秩序

和他说说,听听他的开导。”对此,高伟峰说,看着同志们每天辛苦的工作我也于心不忍,作为医院的党支部书记,这点关心其实远远不够,我也心疼同志们,也想让他们多休息,哪怕是一天也行。但是疫情不允许我们休息,我们要和疫情赛跑,尽最大的努力做到疫苗应接尽接、应快尽快,阻断病毒传播和扩散,筑起“免疫长城!” 融媒体中心通讯员 马鹏亮

## 小伙肝破裂大出血 白衣天使“跑赢”死神

本报讯(融媒体中心记者 郭营战 通讯员 李佳梅)在疫情防控期间,患者因创伤肝破裂大出血,命悬一线。面对患者核酸检测结果未出的特殊情况,市人民医院创伤中心外科医护团队打开创伤中心绿色通道,启动疫情期间急诊手术应急预案,在三级防护下上演生死速递,成功挽回患者生命。

8月15日,22岁的患者李某因意外摔伤,被紧急送到市人民医院急诊科,急诊科经入院相关检查,初步诊断为创伤性肝破裂、失血性休克、代谢性酸中毒、心肌损害、腹腔积液,病情极度危险。时间就是生命,每一秒的流逝都在拉近患者与死神之间的距离,急诊科第一时间开启创伤中心绿色通道,经外科专家团队会诊,建议急诊行剖腹探查术。由于疫情防控下规范救治流程需要进行核酸检测,但结果尚未出来。创伤中心请示院领导后,启动疫情期间急诊手术应急预案,决定在三级防护下行急诊手术治疗。

创伤中心医护人员迅速开放多条静脉通路,开启绿色通道,上报医务科,联系手术室、麻醉科、输血科、影像科和手术室等科室,做好术前各项准备。外科二病区医护人员按照三级防护要求,穿上防护服、面屏、靴套,外层还需再穿上无菌一次性手术衣。数层紧密包裹,闷热程度加重至极点,双层橡胶手套对于精细的手术操作也是很大的挑战。

上午8时46分,患者被送入手术室。麻醉、



手术现场

开腹……手术团队在打开患者的腹腔的那一刻,全场都震惊了,约1500毫升血液占据整个腹腔!在这千钧一发的时刻,外科团队在手术室医护人员的通力配合下,迅速找到出血点,外科团队凭借多年丰富的临床经验与精湛的技术,沉着应对,为患者做了肝破裂修补术。历经2个多小时的紧张手术,手术顺利完成。随后患者进入ICU单间隔离治疗。手术室按医院新冠肺炎感控要求行彻底终末消毒。

目前,患者情况平稳,基本脱离危险,核酸检测为阴性,已转入外科二病区继续治疗。

## 让“居家学习”更有实效

陈晶

目前,特殊的疫情让孩子们只能“宅”在家里居家学习,对于每个家庭而言,疫情带来的紧张担忧,孩子们长期居家的不自在感,都会让家长和孩子压力倍增。同时,部分孩子也出现了作息不规律、学习缺乏兴趣、长时间玩手机或游戏、情绪烦躁等情况。在这个特殊时期,更加需要家长做好自己及孩子的身心调适,共同做好疫情防护。

积极进行自我调适,不向孩子传递负面情绪。恐慌、紧张情绪和“新冠病毒”一样有一定的传染性,家长如果不能调节好自己的负面情绪,也可能传递给孩子,让孩子更加不安和紧张。可以通过微信、短信、电话等方式与亲朋联络,互帮互助。如果遇到确实难以应对的消极情绪,也可以及时向汝州市新时代文明实践中心心理疏导志愿者求助。

帮助孩子改善情绪,树立良好状态。疫情封闭期间,孩子需要持续待在家里,外出活动减少,不能和同伴一起,他们的负面情绪也可能持续累积和积压。家长要理解孩子的负面情绪,及时进行正面疏导和缓解,可以引导孩子运用简单的“腹式呼吸法”“肌肉放松法”等改善情绪,也可以通过

运动、音乐、阅读来帮助减压,保持积极心态。帮助孩子判断信息,做到不信谣不传谣。家长要直面孩子关于疫情的相关问题,积极与孩子沟通,不回避疫情状况,以恰当方式、以孩子听得懂的语言讲解目前的防控措施。家长可以引导孩子关注权威真实的新闻和信息,也可以和孩子一起讨论,引导孩子学会对信息进行判断,做到不信谣、不传谣。

制定日常作息表,做到规律有序生活。家长可以和孩子一起把全家一日的的生活、休息、健身、学习、娱乐等安排做成一张时间表,还可以列出每日愿望清单,如做手工、画画、亲子游戏、室内运动、制作美食打理植物等,由全家共同来完成,共度美好的亲子时光,使居家生活变得更健康更有序。还可以利用这段时间教孩子一些家务活,培养孩子的劳动意识和动手能力。

给予孩子一定独处空间,多一些理解信任。随着与孩子在家里共处的时间增多,亲子矛盾和冲突可能也会增加。家长可以给予孩子一定的独处空间,尤其是对青春期的孩子,要尊重他们对独立和独处

的需求,学会看到孩子的优点和进步,更加包容、理解和信任孩子,多一些商量和鼓励,少一些管制和唠叨。遇到争吵,可以按下暂停键,等到双方情绪稳定后再理性沟通。制定电子产品使用规则,防止孩子沉迷网络。为丰富孩子的居家学习生活,在目前情况下,家长不需要完全禁止孩子使用手机和上网,但要与孩子确定好双方认可的规明确使用手机和网络的时间、时长和内容等,并要求认真遵守,保护好孩子视力和身体健康。同时,家长也要控制好自己使用手机和网络的时间,以身作则,为孩子做出示范和榜样。

配合学校开展线上学习,做到停课不停学。家长要及时了解、掌握学校教育教学的有关要求,帮助学生完成居家学习计划。小学生的家长可以多帮助孩子学习;初高中学生的家长可以做好后勤保障,对孩子学习期间不做过多打扰。

让孩子做学习的主人,提高自我学习能力。家长可以督促孩子进行网络学习,报告自己的学习情况,与班里的伙伴互帮互助、共同监督,分享在学习、生活过程

中的收获。遇到不会的问题,鼓励孩子通过网络及时请教老师和同学,或通过网络查找相关信息解决问题。同时,家长要每天抽出时间与与孩子交流学习状况,及时给予积极反馈,提高孩子的学习兴趣。加强生命教育,增强孩子自我保护意识。家长可以利用孩子从媒体上看到或亲身经历过的抗疫事件,引导孩子认识生命的价值,建立对生命和自然的尊重与热爱。引导孩子提高自我防护的意识和能力,学会对自己的健康负责,对自己的安全负责,对自己的未来负责,做到关爱生命,关爱健康,关爱大自然。

分享抗击疫情感人事迹,传播社会正能量。要让孩子了解,在抗击“新冠肺炎”这场战斗中,有无数工作者牺牲了自己的休息时间,放弃了与家人团聚的机会,冒着被感染的危险,坚守在各自的岗位上,默默地守护着大家的安全。引导孩子关注那些奋战在一线的抗“疫”勇士和感人事迹,学习他们勇于担当、舍己为人的崇高精神,树立正确的价值观和崇高的理想信念。



## 市一院开通快速通道 呵护市民健康

本报讯(融媒体中心记者 李晓伟 通讯员 王文璐)“以前看着体检报告上那么多问题,总是心慌不已,也不清楚去挂什么科好,现在带着体检报告来一趟咱医院专家门诊,各科专家都在这里,啥问题都能搞定,真是又方便又放心。”8月15日,在市第一人民医院,前来就诊的市民吴女士说道。

抗疫期间,为了方便患者在专家门诊就诊,该院特设置了优先就诊的快速通道,如有年老体弱、行动不便的特殊需求患者,护理服务中心人员可提供全程陪同就诊服务。另外在专家门诊导诊台处还设置了抽血点,免去患者来回奔波之苦。

该院专家门诊汇集了医院副高级以上职称的医师定期坐诊,医院乃至汝州各学科带头人、各专业领域权威聚集在一起,形成了一支阵容强大、学科齐全的诊疗团队,让汝州百姓足不出户,用同样的价格就能享受到最便捷的医疗服务和最优质的医疗资源。

在门诊楼西侧,该院特别设置了简易门诊,由内外科主任轮流坐诊,满足人民群众便捷就医需求。在简易门诊,针对慢性病患者定期复查,不需另外提供新治疗方案的患者,可直接提供检查、缴费、抽血的一站式服务,每人平均时间不超过5分钟,在旁边就能领取化验结果,既方便了群众,缓解了门诊压力,又提升了患者就医感受,而且在常态化疫情防控时期,可以有效疏导人流,降低发生交叉感染的风险。

同时,为满足不同患者的就医需求,该院对就诊流程不断进行优化,严格落实疫情防控相关要求。来院人员需要出示“健康码”“行程码”或身份证刷卡登记后,通过红外热成像测温仪,才能进入医院。在这道关卡,会对发热患者以及高中风险旅居史人员,进行有效的分流。

普通就诊患者与发热病人就诊通道从医院大门口起就分开设置,分区更加合理,内部防控全面升级,全力保障所有来院就诊患者安全。所以,在这里提醒广大市民,发烧病人有专门门诊和专门路线,到医院就诊请放心。

针对大门口卡点红外热成像测温仪筛查出的发热人员,预检分诊点医护人员,会对其进行水银温度计二次测温登记后,确认的发热患者将按照固定通道,指定路线,前往发热门诊进行全封闭就诊,消灭任何交叉感染的可能性。针对普通就诊患者,医院在门诊楼西侧,设置门诊候诊区,设有专人发放就诊排号单。就诊患者,按照内科候诊、外科候诊、专家门诊候诊等六种就诊分类,领取就诊排号单,在候诊区等候就诊即可。

该院每天四次对候诊大厅、卫生间、地面、墙面、电梯、过道等人群流动较大且易污染区域,定时进行清洁和消毒;提供牙签、消毒液等用品,避免电梯人员触碰电梯按钮;使用酒精反复对电梯按钮、候诊座椅、门把手等高频接触物体进行擦拭消毒,每个角落都不放过,全力保证患者就诊安全。